

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Permainan Bola Voli

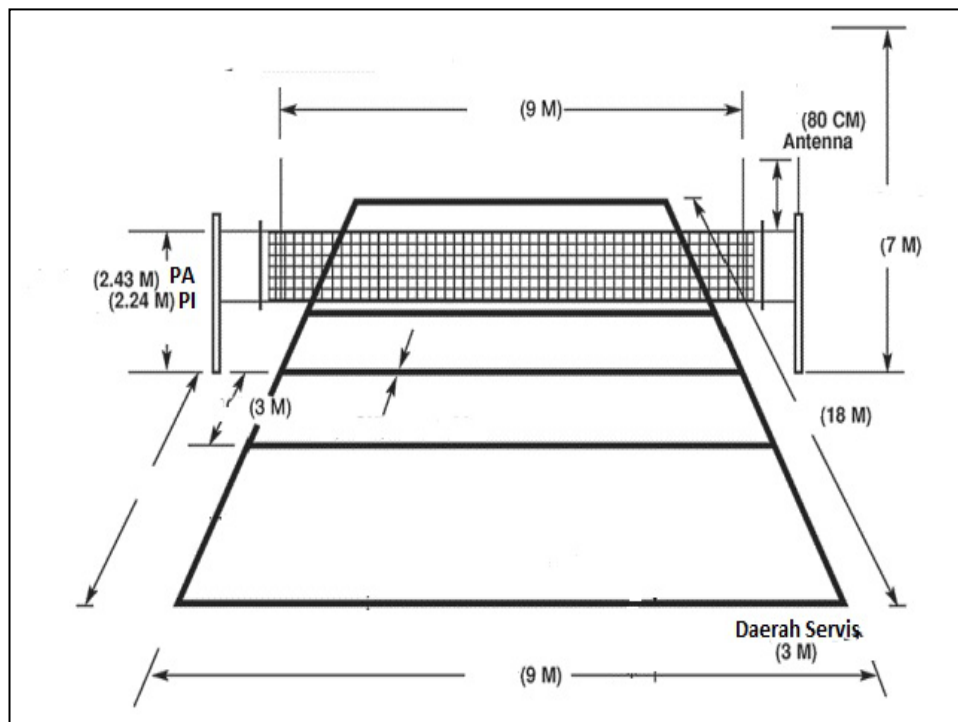
Permainan bola voli merupakan permainan beregu yang terdiri dari dua kelompok yang akan saling bertanding, dimana setiap kelompok terdiri dari 6 orang yang menempati lapangan petak masing-masing yang dibatasi oleh net, tiap kelompok harus berusaha memukul bola sampai melewati net dan akan mendapat poin 1 jika bola berhasil jatuh ke petak lawan (*rally point*), permainan selesai apabila salah satu tim mencapai angka 25. Dalam kedudukan 24-24, permainan dilanjutkan sampai tercapai selisih 2 (dua) angka.

Ada banyak pengertian tentang permainan bola voli, beberapa di antaranya yaitu menurut Machfud Irsyada (2000: 13), Permainan bola voli adalah olahraga beregu. Setiap regu berada pada petak lapangan permainan masing-masing dengan dibatasi oleh net. Bola dimainkan dengan satu atau kedua tangan hilir mudik atau bolak-balik melalui atas net secara teratur sampai bola menyentuh lantai (mati) di petak lawan dan mempertahankan agar bola tidak mati di petak permainan sendiri.

Sedangkan dalam PP PBVSI (2005: 1), permainan bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net. Terdapat versi yang berbeda untuk digunakan pada keadaan khusus dan pada akhirnya adalah untuk menyebarluaskan kemahiran bermain kepada setiap orang. Tujuan dari permainan bola voli adalah melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim

dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan blok). Bola dinyatakan dalam permainan setelah bola dipukul oleh pelaku servis melewati atas net ke daerah lawan. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai, bola “keluar” atau satu tim gagal mengembalikan bola secara sempurna. Dalam permainan bola voli, tim yang memenangkan sebuah reli memperoleh satu angka (*Rally Point System*). Apabila tim yang sedang menerima servis memenangkan reli, akan memperoleh satu angka dan berhak untuk melakukan servis berikutnya, serta pemainnya melakukan pergeseran satu posisi searah jarum jam.

Adapun bentuk dan ukuran lapangan bola voli sebagai berikut:



Gambar 1. Bentuk dan Ukuran Lapangan Bola Voli.
(<http://revasportcommunity.blogspot.com>)

2. Hakikat *Passing* Bawah

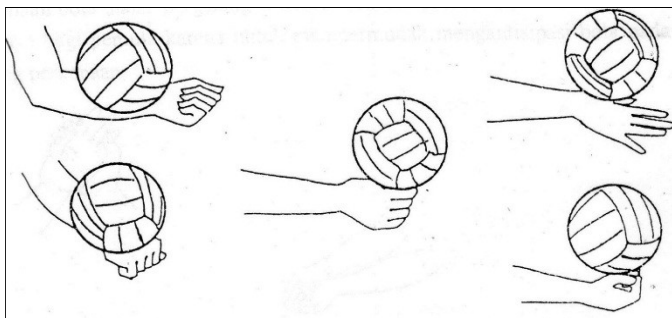
Ada beberapa teknik yang diperlukan dalam permainan bola voli sebagai langkah untuk melakukan permainan bola voli. Menurut M. Yunus (1992: 68), teknik-teknik dalam permainan bola voli meliputi: servis, *passing*, umpan (*set-up*), smash (*spike*), bendungan (*block*).

Passing bawah merupakan teknik pada permainan bola voli yang sangat mendasar, *passing* bawah digunakan sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. *Passing* bawah dilakukan dengan cara memukul bola dari bawah dengan perkenaan pada lengan.

passing bawah menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) adalah teknik memainkan bola dengan sisi lengan bawah bagian dalam baik dengan menggunakan satu atau pun dua lengan secara bersamaan. Kegunaan dari *passing* bawah bola voli antara lain adalah untuk menerima bola servis, menerima bola smash atau serangan dari lawan, untuk mengambil bola setelah terjadi blok atau bola pantul dari net, untuk menyelamatkan bola yang terpantul keluar menjauhi lapangan permainan dan untuk mengambil bola rendah yang datang secara tiba-tiba.

Menurut Herry Koesyanto (2003: 26), dalam melakukan *passing* bawah dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan satu tangan dan dua tangan. *Passing* bawah satu tangan biasanya dipergunakan apabila bola berada agak jauh dari badan dan agak rendah. Bentuk-bentuk melakukan *passing* bawah antara lain:

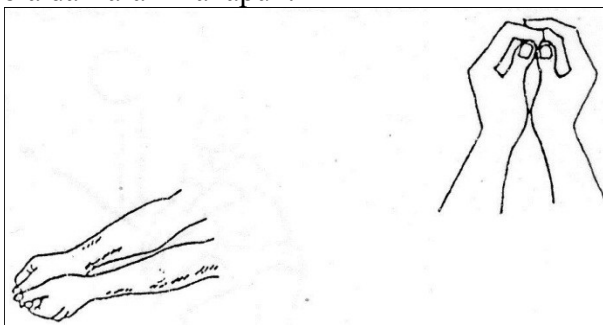
- a. Menggunakan lengan dengan jari-jari menggenggam
- b. Punggung tangan dengan jari-jari terbuka
- c. Pergelangan tangan bagian dalam dengan tangan menggenggam



Gambar 2. Sikap lengan saat *passing* bawah satu tangan

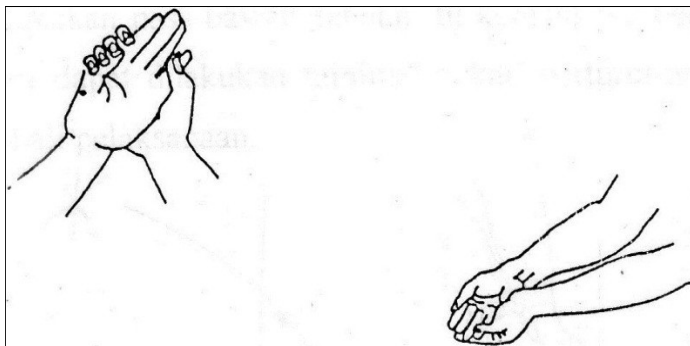
Sedangkan *passing* bawah dengan dua tangan ada beberapa bentuk sikap tangan sebelum melakukan *passing* bawah dua tangan antara lain:

- a. *The Dig (Clenched First Method)* yaitu kedua ibu jari sejajar dan jari-jari tangan yang satu membungkus jari tangan lainnya, ini asalnya dari Amerika. Bentuk ini sering digunakan bagi pemain yang sudah tinggi kemampuan *passing* bawahnya, karena lebih fleksibel apabila menerima bola dari arah manapun.



Gambar 3. *The Dig (Clenched First Method)*

- b. *Mengemis (Thumb Over Palm Method)* yaitu kedua telapak tangan menghadap ke atas dengan punggung satu tangan menempel pada telapak tangan lainnya dan dijepit ibu jari. Perkenaan bola diatas pergelangan tangan (bagian proksimal) bentuk ini lebih tepatnya bagi pemula karena untuk mempermudah mengantisipasi bola pada bidang perkenaan.



Gambar 4. *Mengemis (Thumb Over Palm Method)*

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) teknik *passing* bawah terdiri dari beberapa tahapan, antara lain :

- a. Persiapan
 - 1) Bergerak ke arah datangnya bola dan atur posisi tubuh
 - 2) Genggam jemari tangan
 - 3) Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar
 - 4) Tekuk lutut tahan tubuh dalam posisi rendah
 - 5) Bentuk landasan dengan lengan
 - 6) Sikut terkunci
 - 7) Lengan sejajar dengan paha
 - 8) Pinggang lurus
 - 9) Pandangan ke arah bola
- b. Pelaksanaan
 - 1) Terima bola didepan badan
 - 2) Kaki sedikit diulurkan
 - 3) Berat badan dialihkan kedepan
 - 4) Pukulah bola jauh dari badan
 - 5) Pinggul bergerak kedepan
 - 6) Perhatikan bola saat menyentuh lengan. Perkenaan pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas diantara pergelangan tangan dan siku.
- c. Gerakan lanjutan
 - 1) Jari tangan tetap digenggam.
 - 2) Siku tetap terkunci.
 - 3) Landasan mengikuti bola ke sasaran.
 - 4) Pindahkan berat badan ke arah sasaran.
 - 5) Perhatikan bola bergerak ke sasaran.

3. Hakikat Permainan 3 on 3

bermain merupakan kegiatan yang dilakukan anak-anak untuk memperoleh kesenangan sebagai hiburan, sedang kegiatan orang dewasa dikategorikan sebagai rekreasi atau mengisi waktu luang. Menurut W.R. Smith yang dikutip oleh (Soemitro, 1992: 2) mengatakan bahwa, “bermain adalah dorongan langsung dari dalam dari setiap individu, yang bagi anak-anak merupakan pekerjaan, sedang bagi orang dewasa lebih dirasakan sebagai kegemaran”.

Bermain mempunyai keterkaitan dengan pendidikan. Keterkaitan itu salah satunya adalah makna bermain dalam pendidikan. Menurut Sukintaka (1992: 7), Makna bermain dalam pendidikan sebagai berikut:

- a. Bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan sukarela atas dasar rasa senang.
- b. Bermain dengan rasa senang, menumbuhkan aktivitas yang dilakukan secara spontan.
- c. Bermain dengan rasa senang, untuk memperoleh kesenangan, kadang-kadang memerlukan kerja sama dengan teman, menghormati lawan, mengetahui kemampuan teman, patuh pada peraturan dan mengetahui kemampuan dirinya sendiri.

Jadi Bermain juga mengandung unsur pendidikan, dimana dalam melakukan permainan bisa melatih anak untuk lebih kreatif dalam menentukan sesuatu atau tindakan, mengembangkan daya tangkap serta imajinasinya, dapat bekerja sama, melatih kejujuran dan meningkatkan jiwa sosial.

Dari Pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa permainan adalah bagian dari kehidupan anak dan sebagai aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan serta kepuasan, namun bisa ditandai pencarian menang - kalah.

Dalam penelitian ini peneliti ingin meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli dengan menggunakan permainan *3 on 3* dalam pembelajaran bola voli khususnya siswa kelas VII.C SMP N 1 Leksono, Wonosobo. Untuk lebih jelasnya permainan *3 on 3* dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Pengertian 3 on 3

3 on 3 merupakan permainan bola voli yang dimodifikasi sedemikian rupa dari jumlah pemain, ukuran lapangan dan tinggi net, dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli. Selain itu juga agar siswa lebih aktif bergerak sehingga anak merasa gembira dan tertarik untuk melakukan teknik yang paling mendasar dalam permainan bola voli ini.

b. Klasifikasi umur, anggota regu, luas lapangan dan tinggi net.

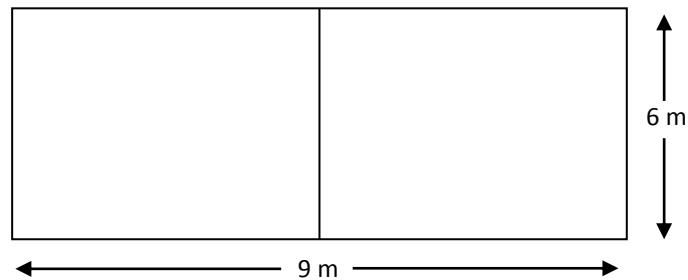
Menurut Horst Baacke dalam Coaches Manual I, 1989: 90 yang dikutip oleh (M Yunus, *Olahraga Pilihan Bolavoli*, 1992: 189), jumlah regu, ukuran lapangan dan ketinggian net untuk berbagai tingkat umur dikemukakan seperti tabel berikut ini:

Tabel 1. Umur, anggota regu, luas lapangan dan tinggi net

Umur	9-11 Th	10-12 Th	11-13 Th
Regu	2 VS 2	3 VS 3	4 VS 4
Lapangan	3 x 9 m	6 x 9 m	8 x 12 m
	4,5 x 9 m	6 x 12 m	9 x 12 m
Net	210 ± 5 cm	210 ± 5 cm	220 ± 5 cm

Sesuai dengan karakteristik umur siswa SMP kelas VII yang rata-rata berkisar antara 10 – 12 tahun, pedoman ukuran lapangan dan ketinggian net yang digunakan untuk permainan 3 on 3 pada bola voli adalah sebagai berikut:

- 1) Panjang lapangan : 9 m
- 2) Lebar lapangan : 6 m
- 3) Tinggi net putri : 210 cm = 2,10 m
- 4) Tinggi net putra : 215 cm = 2,15 m



Gambar 5. Lapangan 3 on 3 bola voli.

c. Peraturan permainan 3 on 3

Permainan 3 on 3 dalam bola voli ini merupakan permainan modifikasi sehingga selain dari ukuran lapangan, untuk peraturan permainannya juga mengalami perubahan sebagai berikut:

1) Angka, set dan memenangkan pertandingan

a) Mendapatkan angka

Perhitungan angka dengan sistem *rally point*. Tim yang memenangkan setiap reli maka memperoleh poin 1.

b) Memenangkan satu set

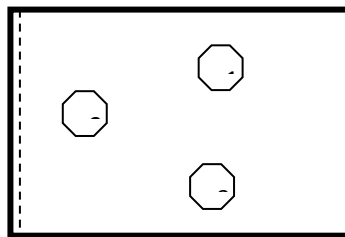
Untuk permainan 3 on 3 bola voli ini permainan selesai apabila salah satu tim mencapai angka 25. Dalam kedudukan 24-24, permainan dilanjutkan sampai tercapai selisih 2 (dua) angka (26-24, 27-25, dst).

c) Memenangkan satu pertandingan

Adalah apabila satu regu yang dapat memenangkan set. Permainan ini diterapkan dalam pembelajaran sehingga hanya dimainkan dengan 1 kali kemenangan karena keterbatasan waktu atau dapat disesuaikan dengan waktu yang tersedia.

2) Posisi pemain dan rotasi (perputaran)

a) Posisi



Gambar 6. Posisi pemain di lapangan

Posisi 1 adalah yang melakukan *serve*, selanjutnya secara berurutan posisi 2, 3 adalah mengikuti lawan arah jarum jam.

b) Rotasi (perputaran)

Rotasi dilakukan apabila satu regu dapat memenangkan *rally*, yaitu bergeser satu posisi menurut arah jarum jam.

3) Memainkan bola

- a) Setiap regu diperkenankan terlebih dahulu memantulkan bola maksimal 5x sebelum mengembalikan bola melewati atas net.
- b) Seorang pemain boleh memantulkan bola 2x.
- c) Pemain dapat melakukan sentuhan bola hanya dengan menggunakan *passing* bawah.

4) Servis

Menurut PBVSI (2005: 33), “servis adalah suatu upaya untuk menempatkan bola ke dalam permainan oleh pemain kanan belakang yang berada di daerah servis (posisi 1)”. Teknik yang digunakan adalah dengan cara mengayunkan lengan dari bawah untuk memukul bola. Dalam permainan ini menggunakan servis bawah.

Bola dinyatakan dalam permainan apabila bola telah dipukul dan melewati net. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai dan jika bola keluar atau satu tim gagal mengembalikan bola. Dalam permainan *3 on 3* ini tim yang memenangkan sebuah reli memperoleh satu angka (*Rally Point System*).

Setiap tim yang memenangkan *rally*, pemain melakukan rotasi untuk melakukan servis. Tidak ada pemain yang melakukan servis 2x berturut-turut.

5) Pukulan/ serangan.

Dalam permainan ini hanya diperbolehkan menggunakan *passing* bawah dalam mengumpan/ mengoper bola. Apabila salah satu dari anggota tim menggunakan teknik selain *passing* bawah maka bola dinyatakan “mati” dan poin didapatkan oleh tim lawan.

4. Karakteristik Anak Kelas VII SMP

Siswa kelas VII.C SMP Negeri 1 Leksono, Wonosobo yang umurnya berkisar antara 10 – 12 tahun, anak usia tersebut termasuk tergolong ke dalam anak besar, hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Sugiyanto dan Sudjarwo (1993: 115) sebagai berikut:

a. Perkembangan Fisik Anak Besar

Anak besar adalah anak yang berusia antara 6 sampai dengan 10 atau 12 tahun. Perkembangan fisik pada anak besar cenderung berbeda dengan masa sebelum dan sesudahnya. Pertumbuhan tangan dan kaki lebih cepat dibandingkan pertumbuhan togok. Pada tahun-tahun awal masa anak besar pertumbuhan jaringan tulang lebih cepat dibanding pertumbuhan jaringan otot dan lemak, dengan demikian pada umumnya anak menjadi tampak kurus. Pada tahun-tahun terakhir masa anak besar perkembangan jaringan otot mulai menjadi cepat, hal ini berpengaruh pada peningkatan kekuatan yang menjadi cepat juga. Perkembangan kemampuan fisik yang tampak pada masa anak besar, selain kekuatan juga fleksibilitas dan keseimbangan.

b. Perkembangan Kemampuan Gerak

Sugiyanto dan Sudjarwo (1993: 131) mengatakan bahwa, perkembangan kemampuan gerak adalah sejalan dengan perkembangan koordinasi, fleksibilitas, keseimbangan serta perkembangan kemampuan fisik yang lain. Peningkatan kemampuan gerak bisa diidentifikasi berdasarkan peningkatan efisien, kelancaran, kontrol dan variasi gerakan serta besarnya tenaga yang bisa disalurkan melalui gerakan. Pada umumnya anak besar baik anak laki-laki maupun anak perempuan mengalami peningkatan yang besar dalam hal minatnya melakukan aktivitas fisik. Karena menyukai aktivitas kelompok, aktivitas yang bersifat kompetitif, aktivitas gerak ritmik dan yang bersifat kepahlawanan. Anak besar memerlukan aktivitas gerak yang beragam yang bisa meningkatkan kemampuan fisik, keterampilan, kreativitas serta sifat sosialnya.

Dari penjabaran di atas dapat diketahui bahwa karakteristik anak besar yaitu pada usia 10-12 tahun masih gemar bermain atau melakukan permainan dengan aktivitas kelompok yang bersifat kompetitif.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah penelitian yang hampir sama untuk digunakan sebagai acuan atau pendukung. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah:

- a. Upaya meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas IV SD Negeri 2 Gondangwayang Kecamatan Kedu Kabupaten Temanggung Tahun Ajaran 2010/ 2011” oleh Sigit Imam Priyandoko (2011). Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV yang berjumlah 22 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran menggunakan metode bermain ini dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas IV SD N 2 Gondang wayang tahun ajaran 2010/2011. Berdasarkan data kuantitatif yang diperoleh dari tes hasil belajar *passing* bawah, pada siklus I diperoleh persentase ketuntasan siswa sebesar 89,36%, kemudian meningkat menjadi 100% pada siklus II. Dengan nilai rata-rata 77 pada siklus I dan meningkat menjadi 92 pada siklus II.
- b. Peningkatan Pembelajaran *Passing* Bawah melalui Metode Kooperatif dalam Permainan Bola Voli Mini Siswa Kelas V SD Negeri Lebak Kecamatan Kaliwiro Kabupaten Wonosobo Tahun Pelajaran 2009/2010” oleh Suparman (2010). Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Lebak yang berjumlah 16 siswa terdiri dari 9 siswa putra dan 7 siswa putri. Hasil penelitian pada Siklus I menunjukan bahwa nilai rata-rata siswa adalah 67,45 dan pada siklus kedua meningkat menjadi 75,76.

Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata kelas dan melampaui nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan yaitu 65.

C. Kerangka Berpikir

Pembelajaran *passing* bawah di sekolah merupakan suatu proses belajar yang dilakukan dengan cara bimbingan, pemberian pengetahuan atau materi tentang *passing* bawah secara rinci dan terprogram kepada siswa. Pemberian materi juga harus memperhatikan siapa yang akan diberikan materi tersebut, karena tiap jenjang pendidikan memiliki karakter yang berbeda pada siswanya. Dengan melihat karakteristik siswa kelas VII. C SMP Negeri 1 Leksono, Wonosobo dimana siswa tersebut masih gemar bermain, maka seorang guru penjasorkes harus pandai-pandai membuat inovasi atau variasi model pembelajaran yang dapat menarik minat siswa untuk dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Untuk bisa mengikuti pembelajaran dengan baik harus didasari rasa suka terlebih dahulu, karena apabila siswa sudah tidak suka terhadap model pembelajaran yang diberikan oleh guru maka siswa akan malas atau merasa bosan untuk mengikuti pembelajaran, yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa tersebut.

Berdasarkan pemahaman diatas, maka sebagai guru harus mampu menciptakan suatu model pembelajaran yang menyenangkan seperti permainan *3 on 3* bola voli sehingga siswa tidak merasa bosan dan dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Begitu juga dalam pembelajaran *passing* bawah, seorang guru harus bisa menciptakan model pembelajaran

yang baru yang membuat siswa tertarik untuk mengikutinya. Salah satunya adalah dengan menciptakan sebuah permainan yang didalamnya berisi materi *passing* bawah yaitu permainan *3 on 3* bola voli. Dengan permainan bola voli yang telah dimodifikasi tersebut diharapkan siswa akan senang mengikuti pembelajaran yang juga pada akhirnya akan meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli.

Dalam penelitian ini terdiri dari 2 siklus, dimana dalam setiap siklus tersebut terdiri dari 2 pertemuan, siswa diberikan materi pembelajaran yang berupa permainan *3 on 3*. Pada setiap akhir siklus guru mengambil nilai keterampilan *passing* bawah bola voli menggunakan tes *passing* bawah selama 60 detik. Siswa melakukan *test passing* bawah selama 60 detik yang bertujuan untuk mengetahui berapa kali bola dapat di *passing* dalam waktu 1 menit dan pada saat yang bersamaan juga dinilai teknik *passing* bawah mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan gerak, dan gerak lanjutan. Dari hasil pengamatan yang dilakukan tersebut maka akan dapat diketahui apakah ada peningkatan kemampuan *passing* bawah bola voli dengan menggunakan permainan *3 on 3* pada siswa kelas VII.C SMP Negeri 1 Leksono, Wonosobo Tahun Pelajaran 2011/ 2012.